

ろうさいひろば

Contents

| | |
|------------------------------|---|
| 新年のご挨拶 長崎労災病院 院長 小西 宏昭 | 2 |
| 「夜間頻尿について」 泌尿器科 湯野 努 | 3 |
| 風景・景勝地フォトコンテスト 優秀賞掲載 | 4 |
| 栄養管理室よりレシピ紹介 ●二色揚げ | 5 |
| BLS研修会 | 5 |
| 中学生への職業講話 | 6 |
| 院内探検 Vol.3 高気圧酸素室 | 6 |
| 放射線部だより Vol.3 | 7 |
| スタッフインタビュー【vol.13】 | 7 |
| 各科外来診療担当医師一覧表 | 8 |



独立行政法人 労働者健康安全機構

長崎労災病院

広報誌

季刊冬号
2022.1

病院の理念と基本方針

【理念】

『勤労者と地域の皆様に良質な医療を提供します』

【基本方針】

1. 人権を尊重した患者中心の医療の実践
2. チーム医療に基づいた安全で専門的な医療の推進
3. 地域に根づいた急性期医療の提供
4. 早期社会復帰への支援
5. 予防医療による健康づくりへの貢献
6. 治療と仕事の両立支援及び産業保健活動の推進

【看護部 理念】

私たちは、(対象の)いのち・くらしに寄り添い、誠実な看護を提供します。



新年のご挨拶

長崎労災病院 院長 小西 宏昭



明けましておめでとうございます。新しい年を迎えるに当たりご挨拶申し上げます。新型コロナウイルス感染症もようやく落ち着いてまいりました。昨年は大きな感染の波が訪れるたびに、診療体制の見直しや面会制限を繰り返し、多くの皆様にご迷惑をおかけいたしました。感染対策チームの努力も相俟って、院内での感染コントロールは十分に機能し、急性期医療との両立は何とか果たすことができました。しかし、新型コロナウイルス感染症との闘いはこれからも続いていくものと考えています。これまでの緊張感を絶やすことなく病院運営を行ってまいります。

私共長崎労災病院は、急性期医療を担い、勤労者の早期社会復帰を推進する立場であります。また同時に地域医療にも力を注いでいかなければなりません。今回の、新型コロナウイルス感染症においては、多くの経験を通じて対応方法を変更してまいりました。そのような中で受診控えがみられ重篤な疾患の治療開始が遅れる事態も生じてまいりました。この反省を今後の診療に生かしてまいります。

また働き方改革も待ったなしの状況となってまいりました。患者サービスを低下させることなく、職員の業務改善を図ってまいります。とかく医療の現場はストレスのかかる場面が多い職場です。やりがいという言葉だけでは安定した労働環境は維持できません。タスクシフトについても様々なノウハウが示されていますが、実践となるとハードルは決して低くありません。医療の適正化は、決して財務で押し量れないことを改めて実感しているところです。

その一方で、新型コロナウイルス感染症の蔓延でプラスに変化したものも少なくありません。一つは一般的な感染対策が多くの方々に受け入れられたことです。これはコロナ終息後の新たな感染症予防には大変有効ではないかと考えられます。またリモート会議が定着したことです。都市圏で行われる会議に、多くの時間とお金を費やして参加していたことがいかに無駄であったかを痛感しております。さらに家族とのコミュニケーションの機会が増え、自分自身を見つめなおす時間が増えたこともその変化の一つと言えましょう。

今後、新型コロナウイルス感染症は、ワクチンや治療薬の登場で必ず終息します。その時を見据えて、長崎労災病院の今後の在り方、県北医療圏での果たすべき役割、地域の皆様に、また勤労者の皆様にどのような医療サービスができるのかを考えてまいりたいと思います。

まだまだ我慢の時期が続きますが、皆様方にはくれぐれも感染予防を徹底し、普通の日常が取り戻せるようご協力をお願いいたします。

今後とも、皆様方の温かいご支援、ご鞭撻をお願い申し上げます。

「夜間頻尿について」

泌尿器科 湯野 努



高齢化社会が進んでいる現状ですが、年齢とともに夜間頻尿の有病率は高くなります。夜間の排尿回数が1回以上の人は70歳以上では男女とも90%以上になるとも言われています。

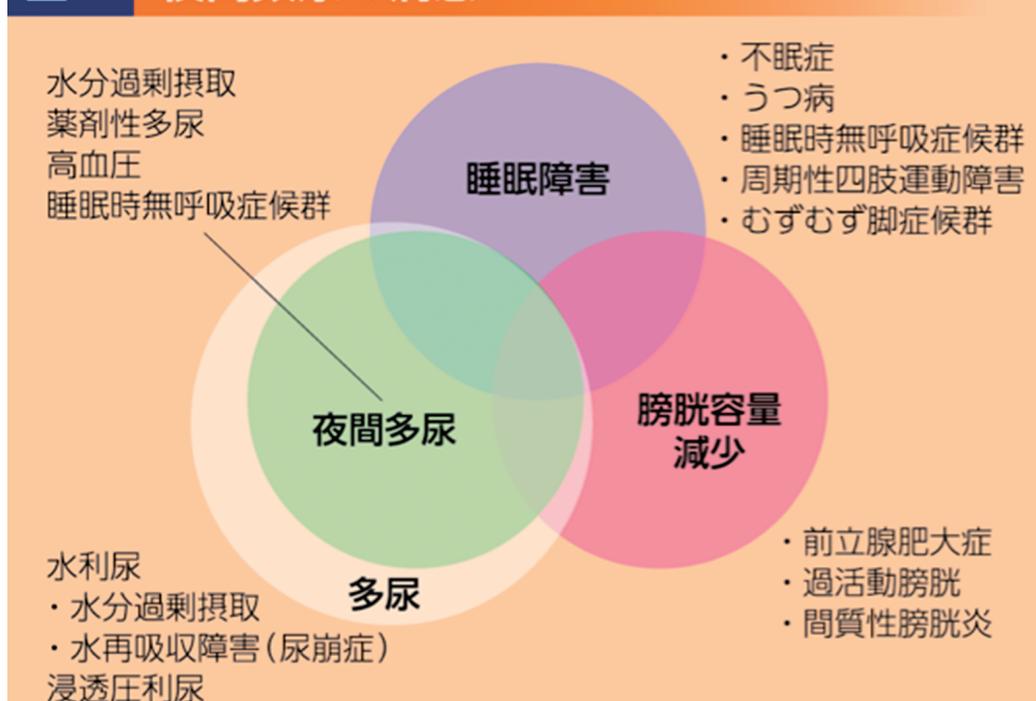
夜間頻尿の原因には様々なものがありますが、多尿、夜間多尿、膀胱蓄尿障害、睡眠障害の4つに大別されます。もちろんこの中の原因が複雑に重なり合うことも考えられます。この中でも多くを占める夜間多尿に関しての治療としては薬物治療もありますが、生活指導が前提として重要とされています。

具体的な生活習慣での注意点としては水分や塩分の過剰摂取があります。塩分を摂取すれば、喉が渇き飲水量が増えます。飲水量が多ければ、作られる尿の量も増えて、尿の回数も増えるというわけです。

当たり前のようですが、患者さんの中には健康のためとたくさん水を飲んでいる方もおられます。したがってまず夜間頻尿の方に関しては減塩や夕以降の飲水制限などを提案させていただいており、それだけで夜間頻尿の回数が減ることも少なくありません。もちろん中には前立腺肥大症や過活動膀胱のように投薬にて改善する患者さんもおられます。

夜間頻尿は多くの方が抱えている問題ですので、お困りの方がいましたら泌尿器科を受診いただければと思います。

図1 夜間頻尿の病態





事務局長賞「はじめての夏祭り」



院長賞「秋の散歩」



看護部長賞「幸せなひととき。ークイーンズタウンにてー」



優秀賞 雲仙ロープウェイ



優秀賞 夢のような朝

「入院患者さんに少しでも旅行した気分になっていただけたら…」と考え、来院患者さんおよび当院職員の方々を対象に、過去に旅行した時の風景や景勝地などの画像を募集しました。

応募総数46作品の中から優秀作品をご紹介します。今後、応募のあったすべての写真を院内に掲示予定です。



優秀賞 飛行機雲の運動会と秋の空



優秀賞 昆虫たちの秋



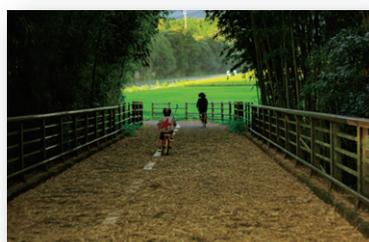
優秀賞 虹



優秀賞 バイオパーク



優秀賞 (花)野岳湖公園



優秀賞 田舎道サイクリング



優秀賞 鏡張りの世界



優秀賞 干潟の夕日

●二色揚げ

[一人分]

エネルギー：191Kcal 炭水化物：9g

蛋白質：4.1g 塩分相当量：0.6g

脂質：10.8g



作り方

- ① 白身魚に塩を振る。
- ② AとBの材料をそれぞれボールに入れ混ぜ合わせ衣をつくる。
- ③ ①の魚半量をAの衣へ、残りの魚半量をBの衣へからめて、170度に熱した揚げ油で薄く色が付くまで揚げる。
- ④ AとBの衣で揚げた魚を皿に盛る。
- ⑤ パセリとくし形に切ったレモンを④の魚の横にそえる。



材料（2人分）

| | | |
|--------------------|---------|--------------|
| 白身魚 140g (35gx4切れ) | B 小麦粉 | 大さじ1杯 |
| 塩 少々 | 卵 | 1/6個 |
| A 小麦粉 | 青のり | 小さじ1/3杯 |
| 卵 | 水 | 大さじ1杯 |
| カレー粉 | 小さじ1/3杯 | |
| 水 | 大さじ1杯 | サラダ油(揚げ油) 適量 |
| | | パセリ 適量 |
| | | レモン 1/5個 |

Topics

BLS研修会

12月3日(金)にBLS研修(一次救命処置)を未受講の職員20名に対して、研修を行いました。

当日は、麻酔科の青木部長を講師として、看護師のインストラクター3名とともに受講者を4チームに分けて研修を行い、心臓マッサージにおいては、姿勢等の留意点について指導を受け、DVDを観ながら、どのようなテンポで圧迫することが良いのか、実践を通して学びました。

また、BLS研修の一連の流れをチームごとに役割分担を決めながら行い、充実した研修を行うことができました。

今後、医療関係者として、今回の研修で学んだことを、実際の現場で自ら中心となって実践できればと考えています。



中学生への職業講話

理学療法士 奥野 由唯

作業療法士 中屋 公汰

令和3年11月29日(月)に、当院看護師と一緒に大野中学校へ職業講話に行ってきました。私たちリハビリテーション部の講話内容は、リハビリの概要、リハビリの職種について、仕事の一日の流れなどでした。短い時間ではありましたが、貴重な時間を過ごさせていただきました。

今回、私たちの講話に参加してくれた中学生たちは、医療職について興味や関心を持っている方が多く、熱心に講話を聞いてくれました。質疑応答の場面でも、意欲的に取り組む姿が見受けられ、関心を持っていることに嬉しい気持ちになったと同時に、将来について真剣に考えている中学生の皆さんの姿を見て、私たちも多くの方々の心により添うことができるよう、より一層努力していきたいと感じました。そして、今後もしリハビリの楽しさや素晴らしさを伝えていきたいと思えます。



院内探検 Vol.3

高気圧酸素室

今回の院内探検は、高気圧酸素室にお邪魔しました。

高気圧酸素室は3階に位置し、頑丈なドアの向こうにありました。迎えてくれたのは、爽やかな笑顔の主任臨床工学技士の吉田さんでした。

長崎労災病院の高気圧酸素治療は、麻酔科管理のもと、平成8年に第1種高気圧酸素治療装置(1人用)が導入され、様々な適応疾患に対応しています。現在の治療装置は、平成24年に更新され2代目となっており、整形外科疾患を中心に年間300~400件の治療を行っています。近年では保険適応外ではありますが、プロスポーツ選手の治療も行っています。高気圧酸素治療は治療時間90分で、密閉空間(カプセル)に入り、濃度100%酸素を吸入しながら装置内の気圧を2気圧(水深10mと同じ気圧)まであげます。

高い圧力の中で酸素を吸入することで体内の酸素量が大幅に増え、様々な疾患で治療効果が期待できます。治療装置内は、火気厳禁で治療前に必ず、衣類、持ち物などを厳重に確認します。治療時間が長いので、治療中はTVを見ることが可能です。余談ですが、最近街中で見かけるようになった酸素カプセルは、高気圧酸素治療と類似していますが、医療用装置とは酸素濃度や気圧が大きく異なるそうです。



みなさん、体の痛みやしびれなどの症状で病院に受診した際、まず単純写真(いわゆるレントゲン写真)を取ることが多いと思います。その際、立って撮ったり座ってみたり、または寝た状態で撮影したりと、様々な姿勢をとってもらっていますが、同じ部位を撮影するのになぜこんなに何枚も撮影するのか疑問に思われたことはありませんか。それにはこんな理由があります。

例えば、腰椎圧迫骨折の場合、座った姿勢では荷重がかかり脊椎はつぶれたようになりますが、寝た姿勢では重力から解放されます。これを見ることで骨折の状態を把握しています。脊椎すべり症では、前かがみや背中をそらした姿勢を撮影することで、脊椎のずれをみることができ診断につながります。また、立って撮影することで、荷重がかかった関節の状態を見たり、日常生活での姿勢、骨の並びや傾きを評価しています。このように痛みの原因を見つけ、体の状態を知るために、様々な姿勢をとって撮影しています。

色々な姿勢をお願いするので、痛みがある方のご負担にならぬよう、私たち放射線技師も気をつけて撮影してまいります。



Topics

スタッフインタビュー【vol.13】

今回は、脳卒中リハビリテーション看護認定看護師 本竹 由香里さんにインタビューしました

Q1. 脳卒中リハビリテーション看護認定看護師とは

脳卒中を発症してから在宅に帰るまでの長い経過をたどるなかで、機能障害を抱えながらもその人らしい生活を送れるようサポートします。急性期は症状の悪化予防を行いながら、リハビリがスムーズに進むためのケアを発症早期から行い、多職種とも連携しています。



Q2. 日頃の活動を教えてください

脳神経外科病棟で業務を行いながら、麻痺や高次脳機能障害などのある患者さんのケアを行っています。機能障害をもちながらも ADLの向上をめざして支援し、患者さん自身が症状や障害を受け入れ、患者さん自身がどうなりたいか、思いを傾聴しています。また再発予防のための生活指導を患者さん、ご家族に行っています。

Q3. 認定看護師になって改めて気づかされたことは何ですか？

脳の可塑性であり、患者さんの可能性は無限であるということです。リハビリはリハビリの時間だけではなく生活の中で行うことが大事であり、そこに関わる看護師の力次第で患者さんの機能予後を向上させることができると思っています。

Q4. 今後認定としてめざすことは何ですか？

患者さんの脳卒中に限らずですが、患者さんは生活をする人であるということです。脳卒中で機能障害を負った患者さんが生活の再構築をするスタートに立たせてあげることが必要だと思っています。この病院で治療やリハビリができて良かったと言ってもらえるような看護を提供できるよう、認定看護師として指導していきたいと思っています。

私は脳卒中の患者さんと関わる中で自分の看護の限界を感じていました。より高度な知識と技術で脳卒中看護に携わりたいと思い、認定看護師への道を決意しました。脳卒中は発症から回復過程まで長い経過を辿ります。急性期からその人の生活や社会復帰を見据えた看護を行い、機能障害を抱えながらも QOLの向上を目指し、その人らしい生活を送ることができるよう支援していきたいと思っています。



各科外来診療担当医師一覧表

2022.1.1 現在

| 診療科 | 曜日 | 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | |
|-------|----|------------------------------|-----------------------------------|----------------------|-----------------|----------------------|----------------|--------------------------------|-----------------|--------------------------|----------------|
| | | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 |
| 一般内科 | 新患 | 本田章子 卜部繁俊 | | 平岡知子 吉村映美 | | 後藤貴史 小泉陽介 | | 池田 徹 | | 山領 豪 西山 明 ※第3金曜日休診 | 海外旅行外来 |
| | 再来 | 山領 豪 西山 明 | 後藤貴史 | 池田 徹 卜部繁俊 | | 平岡知子 | | 本田章子 小泉陽介 肝臓専門外来 (予約) | | 後藤貴史 吉村映美 | 海外旅行外来 |
| 循環器内科 | 新患 | 山佐稔彦 | | 貝原宗平 | | 田中規昭 | | 山佐稔彦 | | 貝原宗平 | |
| | 再来 | | | | | 山佐稔彦 | | 山佐稔彦 | | | |
| 外科 | 新患 | 夏田孔史 | 夏田孔史 (急患紹介) | 前川恭一郎 | 前川恭一郎 (急患紹介) | 岩田 亨 | 橋本敏章 (急患紹介) | 前川恭一郎 | 前川恭一郎 (急患紹介) | 橋本敏章 | 橋本敏章 (急患紹介) |
| | 再来 | 岩田 亨 夏田孔史 | | 岩田 亨 前川恭一郎 | | 岩田 亨 橋本敏章 | | 岩田 亨 前川恭一郎 | | 夏田孔史 | |
| 乳癌外来 | | | ○ (要確認) | | | | ○ (要確認) | | | | ○ (要確認) |
| 甲状腺外来 | | | | | ○ (要確認) | | | | ○ (要確認) | | |
| 整形外科 | 新患 | 鳥越雄史 三溝和貴 舩本直哉 岩崎俊介 | | 岩元俊樹 高橋良輔 糸瀬 賢 | 小西宏昭 | 原真一郎 高橋良輔 貞松毅大 | | 小西宏昭 田中奈津美 吉里 広 | | 馬場秀夫 池永 仁 中尾公勇 | |
| | 再来 | 馬場秀夫 原真一郎 田中奈津美 | | 三溝和貴 貞松毅大 中尾公勇 | | 鳥越雄史 池永 仁 吉里 広 | | 岩元俊樹 舩本直哉 糸瀬 賢 | | 小西宏昭 高橋良輔 岩崎俊介 | |
| 形成外科 | | 今泉敏史 | | 今泉敏史 | | 今泉敏史 | | | | 今泉敏史 | |
| 脳神経外科 | | 廣瀬 誠 | 廣瀬 誠 (脳ドック) セカンドオピニオン 外来 | 北川直毅 近松元気 | | 北川直毅 | | 廣瀬 誠 前田 肇 | | 前田 肇 | |
| 皮膚科 | | | | | | 長崎大学 (非常勤) | | | | | |
| 泌尿器科 | | 湯野 努 | | 湯野 努 | | 湯野 努 | | 湯野 努 | | 湯野 努 | |
| 眼科 | | 和田光代 | | 和田光代 | | 和田光代 | | 和田光代 | | 和田光代 長崎大学 (非常勤) | |
| 耳鼻咽喉科 | | 安達朝幸 | | 安達朝幸 | | 安達朝幸 | | 長崎大学 (非常勤) | | 安達朝幸 | |
| 麻酔科 | | 大路牧人 大路奈津子 | | 福崎 誠 大路奈津子 | | 大路牧人 大路奈津子 | | 青木 浩 大路奈津子 | | 大路牧人 大路奈津子 | |

※ ○ (要確認) : 予約のご相談が可能です。外科外来にご確認ください。



独立行政法人 労働者健康安全機構

長崎労災病院

発行責任者 小西 宏昭

〒857-0134 佐世保市瀬戸越2丁目12番5号
TEL 0956-49-2191 FAX 0956-49-2358
www.nagasaki.johas.go.jp

〈受付時間〉 新患/午前 8:15~午前 11:00
 再来/午前 8:15~午前 11:00
 〈休診日〉 土・日曜・祝日(振替休日を含む)・国民の休日
 年末年始(12月29日~1月3日)

※救急患者はこの限りではありません。

